

## **Рекомендации для родителей детей с задержкой психического развития (ЗПР).**

*Задержка психического развития (ЗПР) – это временное отставание в развитии психической деятельности ребенка. Для задержки характерно то, что темп развития ребенка оказывается иным, но к определенному возрасту ребенок с ЗПР может догнать по своему развитию нормально развивающегося сверстника.*

- В своих отношениях с ребенком придерживайтесь "позитивной модели". Хвалите его в каждом случае, когда он того заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи. Помните, что дети с ЗПР негативно реагируют на выговоры и замечания, но чувствительны к малейшей похвале.
- Ребенок всегда должен чувствовать вашу помощь и поддержку, преодолевайте возникающие трудности совместно.
- Если вы что-то запрещаете ребенку, постарайтесь объяснить, почему вы это делаете.
- Поручите ребенку часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно, и ни в коем случае не выполняйте их за него.
- Заведите "Дневник самоконтроля" и отмечайте в нем вместе с ребенком его успехи дома и в школе. Примерные графы: выполнение домашних обязанностей, учеба в школе, выполнение домашних заданий.
- Избегайте завышенных или, напротив, заниженных требований к ребенку. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его возможностям.
- Создайте ребенку дома необходимые условия. У него должен быть свой уголок; во время занятий на столе не должно быть ничего, что отвлекало бы его внимание.
- При приготовлении ребенком домашних заданий чередуйте нагрузку с отдыхом, используйте различные формы организации деятельности ребенка (по часам, составленному совместно с ребенком плану работы и т.д.).
- Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению осознанной саморегуляции деятельности и поведения.
- Старайтесь соблюдать режим дня своего ребенка. Следите, чтобы он высыпался, так как недостаток сна ведет к еще большему снижению внимания и самоконтроля.
- Развивайте у ребенка навыки самоконтроля.
- Предоставьте ребенку возможность расходовать избыточную энергию (на прогулке, в спортивной секции).
- Воспитывайте у ребенка интерес к какому-нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Задача родителей - найти те занятия, которые бы удавались ребенку и повышали его уверенность в себе. Однако не следует перегружать ребенка занятиями в кружках, где требуется значительная нагрузка на память и внимание, особенно если он не испытывает особой радости от этих занятий.
- Тесно взаимодействуйте со школьными специалистами (психологом, логопедом), выполняйте все их рекомендации.
- Научитесь терпению, понимая, что ваш ребенок особенный и «обычные» методы воспитания с поучением, принуждением и нотациями вам точно не подойдут.

*Всегда помните, что ЗПР – это диагноз, а не приговор на всю жизнь. Только от совместных усилий родителей со школой и медицинским учреждением зависит дальнейшее развитие вашего ребенка!*

Составитель: педагог-психолог, Свиридова Е.В.

сентябрь, 2017г